

# ¡PARA!

## PUEDES ELABORAR UN PLAN QUE SE AJUSTE AL NIÑO

- observe y hable con el estudiante acerca de lo que lo ayuda y lo que lo distrae (por ejemplo, usar aparatos para distraerse como los fidget spinners, limitar el contacto visual mientras escuchan, la música de fondo o moverse mientras aprenden puede ser beneficioso, o distraerlos, dependiendo del niño).
- comuníquese con los padres regularmente.
- involucre al consejero o psicólogo escolar

**LA COLABORACIÓN CERCANA ENTRE LA ESCUELA, LOS PADRES Y LOS PROVEEDORES DE ATENCIÓN MÉDICA AYUDARÁ A ASEGURAR QUE EL NIÑO OBTenga EL APOYO CORRECTO.**



PSICO. DANIEL EDUARDO CARRILLO ABRIL

## TRANQUILO PAPÁ TAMBIEN TENEMOS DATOS PARA TI

- Entienda el diagnóstico de su hijo, cómo afecta su educación y lo que se puede hacer en casa para ayudar.
- Hable con el maestro de su hijo.
- Cuando sea posible, obtenga documentación escrita de los maestros, el personal administrativo u otros profesionales que trabajen con su hijo.
- Conozca sus derechos.
- Mantenga buenos registros de la información, incluida la documentación escrita, las comunicaciones entre la casa y la escuela, los informes sobre el progreso y las evaluaciones.
- Trate de mantener una buena relación de colaboración con la escuela al tiempo que defiende fuertemente los derechos de su hijo.
- Anime a su hijo todos los días y trabaje con él para crear un sistema que le ayude con la tarea y otros proyectos escolares.



PSICO. DANIEL EDUARDO CARRILLO ABRIL

# HABLEMOS SOBRE LA IMPORTANCIA DEL TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD TDAH



# COMO AFECTA EL TDAH

Es un síndrome conductual que con frecuencia se diagnostica en la infancia y puede persistir en la edad adulta. Afecta a quienes lo padecen de diversas formas y sus síntomas se divide en tres grupos

## HIPERACTIVIDAD

- Va de una actividad a otra sin finalizar ninguna.
- Se mueve en momento que no son adecuados.
- Falta de constancia.
- Habla en exceso.
- Hace ruidos constantemente.

## IMPULSIVIDAD

- Es impaciente.
- Interrumpe constantemente a los demás.
- Tiene problemas para esperar su turno.
- No piensa antes de actuar.
- Poca tolerancia a la frustración.

## DÉFICIT DE ATENCIÓN

- Dificultad para mantener la atención durante un tiempo prolongado.
- Se distrae



## ¡DATOS IMPORTANTES!

- El asesoramiento, incluida terapia cognitiva-conductista (p. ej., fijación de objetivos, autocontrol, adopción de modelos, juego de roles), suele ser eficaz y ayuda a los niños a comprender el TDAH y cómo adaptarse a él. Son esenciales la estructura y las rutinas.
- La conducta en el aula suele mejorar con un control ambiental del ruido y la estimulación visual, la duración adecuada de las tareas, la novedad, la orientación y la proximidad del maestro.
- Cuando persisten las dificultades en el hogar, debe recomendarse a los padres que busquen asistencia profesional adicional y capacitación en técnicas de intervención conductual.
- Los niños con TDAH en quienes predominan la hiperactividad y el escaso control de los impulsos suelen mejorar en el hogar cuando se establecen estructuras, técnicas de crianza consistentes y límites bien definidos.

# CÓMO LOS MAESTROS PUEDEN AYUDAR

- brinde retroalimentación frecuente y esté atento a los comportamientos positivos
- tenga en cuenta la influencia del TDAH en las emociones, como cuando hay problemas de autoestima o dificultad para manejar los sentimientos
- avíseles varias veces y con suficiente anticipación antes de hacer transiciones y cambios en las rutinas
- entienda que los niños con TDAH podrían quedar absortos en actividades que les interesan (super concentrados) y podrían necesitar ayuda adicional para redirigir su atención.

